اندرونی اور ساحلی علاقوں میں سیلاب

موسمیاتی تبدیلی میساچوسٹس میں سیلاب کے خطرے کو بڑھا رہی ہے – خاص طور پر سمندری یا نشیبی علاقوں میں۔ کچھ سیلاب آہستہ آہستہ بنتے ہیں، جبکہ ہنگامی سیلاب طوفان کے بعد چند منٹوں یا گھنٹوں کے اندر پیدا ہو سکتے ہیں۔ سمندر کی سطح میں اضافہ ساحلی سیلاب میں اضافہ کر رہا ہے اور طوفانوں کی بلند لہروں کا سبب بن رہا ہے۔

سیلابی پانی سے رابطے میں آنا بیکٹیریائی بیماریاں، متعدی بیماریاں، کیمیائی خطرات، ڈوبنے، ملبے سے لگنے والی چوٹوں اور پھپھوندی سے سانس پر مضر اثرات کا سبب بن سکتا ہے۔ موسمیاتی تبدیلیوں کی وجہ سے گھر اور ملازمتیں کھو دینے کے باعث ذہنی صحت پر بھی اثرات مرتب ہو سکتے ہیں۔

کون زیادہ خطرے میں ہے؟

- 5 سال سے کم عمر بچے
- کمزور مدافعتی نظام والے لوگ
- دمہ، الرجی اور سانس کی دیگر کیفیات میں مبتلا افراد
- ہائی بلڈ پریشر والے لوگ
- حرارت سے وابستہ بیماری کے خطرے میں لوگ

ہم اس بارے میں کیا کر سکتے ہیں؟

- طوفانوں سے نمٹنے کی منصوبہ بندی کریں
- ایک ایمرجنسی کٹ بنائیں؛ تمام ضروری ادویات شامل کریں
- اپنے علاقے میں سیلاب آنے اور سیلابی سطح کے بڑھنے سے متعلق جانیں
- باخبر رہیں: ہنگامی معلومات کے لیے الرٹس چیک کریں
- اگر خالی کرنے کا کہا جائے تو فوری طور پر باہر نکل جائیں
- سیلابی پانی میں گاڑی نہ چلائیں — واپس مڑ کر دوسرا راستہ تلاش کریں
- سیلابی پانی اور کیچڑ لگنے/رابطے میں آنے سے بچیں جو تیل، پٹرول یا سیویج سے آلودہ ہو سکتا ہے
- سیلاب کے بعد نجی کنوؤں کے آلودہ پن کے لیے جانچ کریں
- جتنی جلد کر سکیں سیوریج کے خراب نکاسی نظام کی مرمت کریں
- پھپھوندی کا پتہ لگانے اور ختم کرنے کے لیے EPA کی رہنما ہدایات ملاحظہ کریں
- نقصان، خوف اور تناؤ سے نمٹنے کے لیے ذہنی صحت کے وسائل تلاش کریں

Bureau of Climate and Environmental Health
Environmental Toxicology Program
Massachusetts Department of Public Health

مزید یہاں جانیں
mass.gov/ClimateAndHealth